

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2024

Ungdomsjouren Fria



FRIA
Ungdomsjour

INNEHÅLL

OM OSS	1
VOLONTÄRER	2
ANSTÄLLDA	3
STYRELSEN	4
MÅL: MINSKA PSYKISK OHÄLSA OCH VÅLDSUTSÄTTTHET HOS UNGA	5-6
MÅL: FÖREBYGGA VÅLDSUTSÄTTTHET HOS UNGA	7-8
MÅL: ALLA UNGDOMAR, FÖRÄLDRAR SAMT VUXNA/PROFESSIONELLA SOM MÖTER UNGA I ESKILSTUNA KÄNNER TILL UNGDOMSJÖURENS VERKSAMHET	9
MÅL: GE UNGDOMAR I ESKILSTUNA MÖJLIGHET TILL EN MENINGSFULL FRITID	10
STYRELSENS ARBETE OCH UPPDRAG	11-12
SPONSORER, BIDRAG & SAMARBETEN	13-14
UTBILDNINGAR OCH FÖREDRAG	15

OM OSS

Ungdomsjouren Fria är en ideell förening som är religiöst och partipolitiskt obunden med syfte att stötta, stärka och utbilda unga ungdomar i Eskilstuna. Föreningens mål och värdegrund är att verka för barn och unga i Eskilstuna samt att genom ett intersektionellt och feministiskt perspektiv arbeta för ett jämställt samhälle fritt från våld. Det intersektionella perspektivet innebär ett erkännande av strukturella maktordningar i samhället där diskrimineringar sker i form av rasism, klasshat, HBTQIA+ fobi samt funkofobi.

Vår verksamhet

Ungdomsjouren Frias verksamhet kan beskrivas i två delar:

- En stödverksamhet i form av en anonym chatt, syskonskap, kontakt med jourens egen kurator genom mejl och/eller telefon och/eller träffar samt den nationella frågelådan som bedrivs av Unizon.
- En utåtriktad och förebyggande verksamhet där vi håller workshops, samtalar och utbildar unga i skolor, på fritidsgårdar och inom idrottsföreningar. Vi utbildar även vuxna/professionella i bemötande, ungas utsatthet för våld, i MVP (mentorer i våldsprevention) samt hur en för porrkritiska samtal med unga.

Föreningens mål 2024

- Minska psykisk ohälsa samt våldsutsatthet hos unga.
- Förebygga våldsutsatthet hos unga.
- Att alla ungdomar, föräldrar samt vuxna/professionella som möter unga i Eskilstuna känner till ungdomsjourens verksamhet
- Ge ungdomar i Eskilstuna möjlighet till en meningsfull fritid

VOLONTÄRER

Volontärerna är grunden för ungdomsjouren och de utgör kärnan av vår stödverksamhet. Under 2023 har Ungdomsjouren Fria 36 haft engagerade volontärer. Volontärerna har kunnat välja mellan att vara aktiva i chatten eller vara ett storasyskon för en stödsökande. Vi arbetar aktivt med volontärvård så att uppdraget ska kännas meningsfullt, utvecklande och trivsamt. Varje månad har ungdomsjouren haft månadsmöte för samtliga volontärer i föreningen. Under månadsmötena har styrelsen, volontärerna och de anställda kunnat gå igenom vad som händer på jouren, tankar och frågor från volontärer kring verksamheten eller bemötande, prata om aktuellt som händer i samhället och ta del av föreläsningar med kompetensutveckling som syfte. Under året har volontärerna tagit del av följande föreläsningar:

- Tvådagarsutbildning i MI (Motiverande samtal) i motiverande samtalsteknik.
- Bemötandeutbildning för volontärer i chatten.
- Om kriminalitet och unga (samt tjejejs roll i gängkriminalitet)
- Om porr och hur man kan ha porrkritiska samtal med unga.

Som uppstart inför hösten hölls en kick-off med grillning, mat och häng för att stärka gemenskapen och få möjlighet att träffas i en annan miljö.

I December höll jouren även i ett julmingel för volontärer, anställda och styrelse där det delades ut julklappar till alla volontärer som tack för deras arbete. Vårt mål är att anordna två tillfällen om året där vi firar det arbete som våra volontärer och anställda gör inom jouren.

Rekrytering av volontärer pågår under hela året och vi har under 2024 anordnat två grundutbildningar för nya rekryteringar, vilket är obligatoriskt för att påbörja uppdraget. Under året har vi haft ett ökat behov av nya volontärer och ser att vi inför nästa år behöver stärka vårt gäng med fler engagerade personer.

ANSTÄLLDA

Under 2024 har det skett förändringar bland de anställda i Ungdomsjouren Fria. Under våren avslutade vår verksamhetschef sin tjänst vilket ledde till att styrelsen fick gå igenom arbetsrollerna och anpassa uppdrag och tjänstebeskrivningar utifrån aktuellt behov. Resultatet blev att tillsätta en volontärsamordnare på 50% samt anställa en verksamhetssamordnare på 100%. Januari 2024 tog jouren emot en socionomstudent under en tioveckorspraktik.



LOVISA SEGERDAHL

verksamhetssamordnare

Anställd på heltid och påbörjade sin tjänst den 1 Juni. Lovisa har övergripande ansvar för verksamheten, så som att följa upp verksamhetsmål och bidragsavtal samt ansvara för verksamhetsplaneringen. Lovisa utbildar och håller workshops med unga samt professionella som kommer i kontakt med målgruppen unga. Hon håller även i grundutbildningen för nya volontärer tillsammans med volontärsamordnare. Lovisa ansvarar också för våra sociala medier.



SOFIA SKAU

Kurator & verksamhetsutvecklare

Anställd på heltid med ett delat uppdrag som kurator samt ansvarig för den utåtriktade och våldsförebyggande verksamheten. I rollen som kurator håller Sofia stödsamtal för unga, både fysiskt och över telefon och mejl. Hon hjälper även till vid kontakt av myndigheter och slussar stödsökande vidare vid behov. Sofia utbildar även i MVP steg 1 och 2 inom kommunen och planerar samt genomför workshops med unga om teman som genus, våld, sex och samtycke, porr och sociala medier.



MOA PENNBRO

Volontärsamordnare

Visstidsanställd på deltid och påbörjade sin tjänst den 4 April. Moa samordnar volontärverksamheten, håller grund- och bemötandeutbildningar för volontärerna och sköter även rekryteringen av nya volontärer. Hon ansvarar för uppföljning och handledning av volontärerna och deras uppdrag samt månadsmöten och annan volontärvård.

STYRELSEN



Cecilia Fahlén
Ledamot



Johan Strand
Kassör



Frida Lindgren
Ordförande



Alexandra Ringström
Sekreterare

Övriga förtroendevalda

Moa Pennbro – ledamot (pausad from. 1/4)
Josefine Bengtsson, valberedning

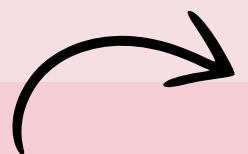
MÅL: MINSKA PSYKISK OHÄLSA OCH VÅLDSUTSÄTTHET HOS UNGA

Delmål: Erbjudna chattverksamhet, matcha och erbjuda långvariga och hållbara syskonskap, erbjuda fysiska stödsamtal med kurator.

Under 2024 har Ungdomsjouren Fria tagit emot 1114 stödsamtal via chatten fördelat på 148 tillfällen. De mest förekommande ämnen som stödsökande sökte sig till chatten för var, i ordningsföljd: psykisk ohälsa, kärlek & relationer, våld och psykosociala problem i familjen. Ordinarie öppettider för chatten har varit tre tillfällen per vecka, måndagar och torsdagar 18-21 och söndagar 14-17. För att stötta unga under extra tuffa tider har vi även haft extraöppet under skollov, exempelvis sommarlov, höstlov och jul- och nyår.

Sedan Maj 2024 har vi erbjudit juristchatt med öppettider varje ojämn söndag kl. 13-14 med juristen Madeleine Onnela. Totalt 5 långvariga syskonskap har varit igång under året. Vår kurator har under 2024 haft 31 fysiska stödsamtal med ungdomar, tagit emot 16 stödsamtal via telefon/mejl. Utöver dessa stöd har volontärer även svarat på meddelanden som inkommit i Unizons frågelåda.

	Antal tillfällen	Cis-tjejer	Cis-killar	Transpersoner	Könsidentitet okänd	Totalt antal stödsökanden
Stödsamtal via chatt	1114	470	86	48	510	1114
Syskonskap		5				5
Stödsamtal med kurator fysiska besök	31	8		1		9
Stödsamtal via mail/telefon	16	7		1		8
Kurator medföljande vid möte/ polisanmälan etc	3	1				3
Totalt antal deltagande i samtliga stödjande insatser						1137



Chatten & syskonskapet

Vår stödchatt har som syfte att vara ett lågröskelstöd där vem som helst kan höra av sig om vad som helst. I chatten kan man höra av sig anonymt vilket innebär att det hos stödsökande skapar ett utrymme att dela med sig, ställa frågor och be om stöd kring situationer som de kan känna sig oroliga för att berätta till andra. Vårt syfte är att lyssna och stötta samtidigt som vi strävar efter att ha en hög kompetens om ämnen som våld i nära relation och psykisk ohälsa för att kunna identifiera och stärka den stödsökande på ett relevant sätt. Sedan ungdomsjouren Fria grundades har antalet ungdomar som hört av sig i chatten ökat år efter år och fortsätter nu att ta emot över 1000 stödsamtal för år - något som vi ser som en bekräftelse på att behovet finns och att vi lyckats nu ut med kunskapen om att vi finns där.

Syskonskapet innebär att stödsökande matchas ihop med en volontär som tillsammans under ett års tid hittar på saker tillsammans under ett par timmar i månaden helt bekostat av jouren. Stödet innebär ett extra vuxet stöd i ungdomens liv, ger möjlighet till en meningsfull fritid och att få prova på aktiviteter eller delta i evenemang oberoende på ungdomens ekonomiska förutsättningar och att bryta ensamhet och isolering. Vem som helst kan få ett syskonskap hos oss och varje syskonskap blir unikt. Utifrån våra utvärderingar av syskonskapen ser vi att insatsen gör att ungdomarna i större utsträckning känner att de har någon att prata med om de mår dåligt, känner sig mindre ledsna/deppiga och har blivit stärkta i sin självbild och framtidstro.



Stödsamtal hos kurator

Stödsamtalen hos våran kurator har som syfte att vara ett långvarigt och tryggt stöd i ungdomars liv. Till vår kurator har man möjlighet att komma anonymt och hon har möjlighet att ta emot stödsökande via fysiska besök, telefon eller mejl. Kuratorn har kunskap om våld i nära relation, hbtq och psykisk ohälsa. Samtalen hos våran kurator är helt gratis och hon kan även följa med vid besök hos exempelvis socialtjänsten, skolan eller vid en polisanmälan.



MÅL: FÖREBYGGA VÅLDSUTSÄTTHET HOS UNGA

Delmål: Erbjud ambassadörskap för unga, arbeta för att de kommunala skolorna har ett fungerande MVP-arbete, arbeta med workshops och gruppass för att förebygga våld (ca: 2 ggr/vecka).

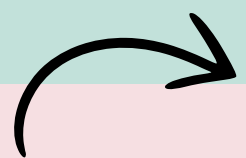
Under 2023 anställdes en projektledare med uppdraget att initiera ett arbete med ungdomsambassadörer på fyra skolor i Eskilstuna. När hennes projektanställning avslutades, lades samtliga ambassadörsgupper ner, förutom gruppen vid Zetterbergsgymnasiet, som hade varit aktiv sedan 2022. Vid en planeringsdag med styrelsen och de anställda våren 2024 beslutades att ungdomsjouren skulle fortsätta hålla kontakt med ambassadörerna på Zetterbergsgymnasiet. Samtidigt beslutades dock att även detta projekt skulle pausas, eftersom jourens personalresurser inte räcker för det arbete som krävs.

Ungdomsjouren fria har fortsatt sitt arbete med att utbilda personal vid de kommunala skolorna i Mentorerna i våldsprevention och har under året erbjudit tre kunskapshalvdagar och två grundutbildningar. Ungdomsjouren har även erbjudit skolor resurser i form av att ha varit med och hållit MVP i klasser tillsammans med utbildad personal på skolorna, bland annat på Edvarslundskolan och Djurgårdskolan.

Utöver MVP-skola har Ungdomsjouren Fria även erbjudit workshops och gruppass med fokus på det våldsförebyggande arbetet. Ungdomsjouren erbjuder workshops i ämnen som sex & samtycke, genus & normer, våld & relationer med kunskap och övningar baserade på aktuell forskning.

Ungdomsjouren Fria har utöver sina workshops på skolor varit på plats på skolor och gymnasium för att verka relationsbyggande, vara en trygg närvaro, berätta om vår verksamhet och det stöd vi erbjuder och för att uppmärksamma dagar som världsdagen för psykisk ohälsa och internationella dagen mot våld mot kvinnor. Vid dessa besök kan vi exempelvis stå i entré eller uppehållsrum och ha med oss pyssel och informationsmaterial.

I februari deltog verksamhetschef i ett panelsamtal om tjejer i gängkriminalitet under brottsoffermyndighetens konferens på Internationella Brottsofferdagen och under hösten deltog verksamhetsutvecklare & kurator på brottsofferkonferensen i Sundsvall där hon höll ett föredrag om ämnet.



VÅLDSFÖREBYGGANDE ARBETE

Statistik utifrån deltagande i Ungdomsjouren Frias våldsförebyggande arbete

Aktivitet	Totalt antal deltagare
Ambassadörer Zetterberg	12
MVP-skola, kunskapshalvdag	182
MVP-skola grundutbildning	53
MVP i åk.7 (eller yngre/äldre)	109
Föredrag under Brottsofferkonferensen	210
Workshop idrottsförening	87
Workshop elever åk 7-9	290
Workshop Gymnasium	71
Workshop HVB hem	19
Totalt antal deltagande i samtliga aktiviteter	1033



MÅL: ALLA UNGDOMAR, FÖRÄLDRAR SAMT VUXNA/PROFESSIONELLA SOM MÖTER UNGA I ESKILSTUNA KÄNNER TILL UNGDOMSJOURENS VERKSAMHET

Delmål: Arbeta aktivt med sociala medier, sprida information om vår verksamhet, delta på föräldramöten eller föräldragrupper.

En viktig del i det utåtriktade arbetet är vår närvaro på sociala medier. Vi är framförallt aktiva på vår instagram (@ungdomsjourenfria) där vi har 1200 följare som tar del av information om oss, där vi kan sprida kunskap och driva opinionsbildning i frågor om ungas psykiska ohälsa, våld i nära relationer, jämställdhet och jämlikhet. Vi ser att Instagram är en stor möjlighet att nå en stor och bred publik och gör ansträngningar för att ha ett tilltalande och stärkande innehåll riktat till vår målgrupp, andra verksamheter och övriga som finner ett intresse för vårt arbete. Vi har även ett Tik Tok konto där vår största målgrupp är unga. Under 2025 ser vi fram emot att stärka vår närvaro på plattformen. I det utåtriktade arbetet ingår även att delta vid evenemang, delta och anordna aktiviteter samt sprida information om vår verksamhet. Under 2024 har vi:

-
- Varit med i ett inslag i SVT Sörmland om ökat tryck i chatten
 - Varit medarrangörer till Time'sUp: En vecka fri från våld i Eskilstuna
 - Uppmärksammat internationella dagen mot våld på Zetterbergsgymnasiet
 - Haft en kampanjvecka kring sexuellt våld
 - Verksamhetschef deltog i Panelsamtal under brottsoffermyndighetens konferens
 - Arrangerat aktiviteter under påsk, höst och jullov.
 - Startat en bokklubb för tjejer, där ungdomar och volontärer setts en gång i veckan.
 - Anordnat Skaparverkstad för unga inför Prideparaden.
 - Verksamhetsutvecklare/ kurator föreläste på Brottsofferkonferens i Sundsvall.
 - Pride på Fristadstorget med informationsbord
 - Stått som förening under luciamys på Rådhusstorget.
 - Deltagit på Introdagen på MDU med informationsbord.
 - Haft ett chattmaraton på Internationella kvinnodagen med öppet i chatten 14-20
 - Föreläst på Socionomprogrammet på MDU om socialt arbete inom vår organisation.
 - Varit med i kampanjen "Brottsplats" där ChildX, Unizon och 12 jourer uppmärksammade barns utsatthet för våld på nätet.
 - Deltagit vid ChildX konferens "Att upptäcka sexuell exploatering bland barn och hur vi bemöter dem som utsätts.

MÅL: GE UNGDOMAR I ESKILSTUNA MÖJLIGHET TILL EN MENINGSFULL FRITID

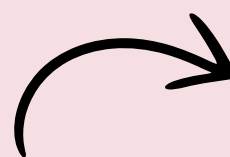
Delmål: Erbjudna kostnadsfria lovaktiviteter.

Vi vill skapa mer möjligheter för ungdomar att få en meningsfull fritid och erbjuder därför kostnadsfria aktiviteter framförallt under loven. I slutet av 2024 blev vi beviljade projektmedel via Skandia (Ideér för livet) till projektet 'Mötesplats Fria' där vi ser fram emot att få utveckla våra lokaler och förutsättningar för att ha fler öppna tillfällen för ungdomar att komma till oss på jouren. Syftet med våra aktiviteter är att skapa jämlika förutsättningar för ungdomar till tryggt vuxenstöd och meningsfulla fritidsaktiviteter.

Under 2024 anordnade vi återigen vårt uppskattade sommarläger. I år deltog 7 ungdomar som identifierade sig som tjejer eller ickebinära. Under lägret fylldes dagarna med aktiviteter som yoga, skapande, pärlande, filmkväll och stärkande tid tillsammans. Övriga lov har vi erbjudit Eskilstunas ungdomar kostnadsfria och meningsfulla aktiviteter, så som dagsläger på Sporlovet med padel, bakning och skapande, höst och jullovsaktiviteter med yoga, pyssel och skapande.

Under hösten 2024 startade jouren upp en bokklubb för tjejer 15-19 år. Gruppen har träffats under åtta tillfällen och består av 7 tjejer, både ungdomar och volontärer.

Aktivitet	Antal tillfällen	Totalt antal besökare
Sommarläger	1	7
Bokklubb	8	7
Sportlovsläger	4	21
Höstlovsaktivitet	2	7
Jullovsaktiviteter	2	7
Totalt antal deltagare i fritidsaktiviteter		49



STYRELSENS arbete och uppdrag

Under 2024 har styrelsen tagit stora kliv framåt vad gäller rollen som arbetsgivare. En del i detta arbete är den framtagna personalhandboken som ligger till grund för styrelsen och de anställdas arbete samt ett årshjul som har skapats för att ge nuvarande och kommande styrelser rätt förutsättningar för sitt arbete. 2024 har styrelsen arbetat utifrån målen; Attraktiv arbetsgivare, ekonomi i balans och välmående volontärer.

Mål: Attraktiv arbetsgivare

Delmål: Rätt arbetsvillkor för anställda, främja en god arbetsmiljö, god personuppgiftshantering, trygg styrelse, rätt kompetens inom jouren.

I samband med att den nya styrelsen klev på sitt uppdrag påbörjades planering för att ungdomsjourens verksamhetschef Sofia Liedberg skulle avsluta sin tjänst efter sju år i jouren. Det innebar att vi stod i en situation där vi dels skulle förlora en otrolig stor källa till kunskap och engagemang och påbörja en rekrytering för att få in en ny anställd till jouren. Inför denna förändring beslutade styrelsen att pausa styrelseledamoten Moa Pennbros uppdrag och istället erbjuda henne en visstidsanställning á 50% som volontärsamordnare för att kvalitetssäkra volontärvården. Totalt 72 personer sökte tjänsten som verksamhetssamordnare och efter flertalet intervjuer påbörjade Lovisa Segerdahl sin tjänst på jouren. Inför Lovisas tillträde reviderades introplanen för nyanställda för att kunna ge henne och framtida nyanställda rätt förutsättningar för ett gott arbete. Styrelsen har även fortsatt prioritera APT-möten där arbetsmiljön haft en stående punkt på dagordningen.



STYRELSENS arbete och uppdrag

Mål: Ekonomi i balans

Delmål: Löpande ekonomiarbete

Under början av 2024 delade styrelsen på ekonomiansvaret med den dåvarande verksamhetschefen och i samband med att hennes tjänst avslutades tog styrelsen återigen över allt ansvar. Under hösten klev en ny volontär, med bakgrund som ekonom, in i jousen och tog över delar av ekonomifrågan för att avlasta styrelsen. Efter avslutat år kommer styrelsen att utvärdera hur arbetsfördelningen mellan kassör och volontär sett ut för att kunna ge rätt förutsättningar åt kassören under 2025.

Ekonomi i jousen har varit en stående punkt på dagordningen för både styrelsemöten och APT under 2024 för att skapa transparens.

Mål: Välmående volontärer

Delmål: Arbete med volontärvård, Rekrytera

Under 2024 har styrelsen prioriterat volontärvården genom att dels tillsätta en volontärsamordnare med fokus på volontärstöd och dels genom att säkerställa att volontärerna har rätt förutsättningar utifrån arbetsmiljö. En del i detta arbete har varit att undersöka vilka försäkringar vi har kopplade till både anställda och volontärer.

SPONSORER & BIDRAG

Under året har vi tacksamt tagit emot gåvor från privatpersoner, organisationer och företag, blivit sponsrade av givmilda företag, fått projekt och verksamhetsbidrag samt ingått i avtal som IOP. Stort tack till:

- Eskilstuna Kommunföretag:
- Eskilstuna Energi & Miljö, K- fast samt Eskilstuna Logistik
- Länsförsäkringar Sörmland
- Sparbanken Rekarne
- Eskilstuna Kommun
- Socialstyrelsen
- Brottsoffermyndigheten
- Eskilstuna pastorat
- Föreningen omtanke och insamling från evenemanget luciamys



SAMARBETEN

Vi är stolta över vår samverkan och samarbeten med bland annat:

Unizon
Länsföreningen Sörmland
Kvinnojouren Moa
ABF Sörmland
Tjejjouren Mira
Din Ungdomsjour
Miranda kvinnor- och tjejjour
Ungdomsjouren Trygg
Kvinno- och tjejjouren Måna
Ung Fritid och mötesplatser
Vaviva Retreatcenter
Numberone gym och padel
Mälardalens Universitet
Realstars
Ungdomsmottagningen
GUIF
MDU
Zetterbergsgymnasiet
Djurgårdskolan
Stålforssskolan
Björktorpskolan
Årbyskolan
Entréskolan
Stålforssskolan
Edvardslundskolan
Fritidsgården Verkstan
Palatset fritidsgård
Lagersberg fritidsgård
Advokat Madeleine Onnela

UTBILDNINGAR OCH FÖREDRAG



EXTERNT

MVP (Mentorer i våldsprevention) steg 1 och 2

Kunskapshalvdag i MVP

Bemötande och grundstenar i RBP för Socionomstudenterna på MDU

Tjejer i gängkriminalitet på brottsofferkonferens i Sundsvall



INTERNT

Grundutbildningar för nya volontärer VT och HT

Bemötandeutbildning för volontärer i chatten.

Tvådagarsutbildning i MI (Motiverande samtal) i motiverande samtalsteknik.

Om kriminalitet och unga (samt tjejers roll i gängkriminalitet)

Om porr och hur man kan ha porrkritiska samtal med unga.

Stort tack

till våra volontärer, medlemmar,
samarbetspartners och sponsorer!

The logo for FRIA Ungdomsjour is centered on a light teal circular background. It features the word "FRIA" in a large, bold, black sans-serif font, with "Ungdomsjour" in a smaller, bold, black sans-serif font directly below it.

FRIA
Ungdomsjour